

Véradási lehetőségek

Február 6. 11-19 óráig: ÁRKÁD Bevásárlóközpont, X. Őrs vezér tere
Február 6. 14-18 óráig: Pólus Center, XV. Szentmihályi u. 131.
Február 6. 15-18 óráig, **február 7. és 8.** 12-17 óráig: Mangalica Fesztivál – Kamion, XIV. Városliget, Vajdahunyad vára
Február 10. 15-18 óráig: Pécel, Ráday Gimnázium
Február 11. 10-14 óráig: Finommechanikai Zrt. – Kamion, X. Fehér u.1-0.
Február 12. 14-17.30 óráig: Csömör, Művelődési Ház
Február 13. 10-13 óráig: ATV Székház parkoló – Kamion, X. Kőrösi Csoma Sándor út
Február 14. 10-15 óráig: Fót, CORA Áruház
Február 15. 12-17 óráig: Hungexpo Kiállítás, X. Albertirsai u. 10.
Február 16. 12-14 óráig: Kistarcsa, Kórház
Február 19. 9-15 óráig: APEH, XIV. Gvadányi u. 69.
Február 19. 15-18 óráig: Fuchs Kastély, XVII. Pesti u. 167.

Traffipax-menetrend

XVI. kerület: A kerületi rendőrség traffipax-készülékével és a közlekedésrendészet traffipaxával mérnek rendszeresen a kerületben. A helyi traffipax mérések tervezett helyszínei: február 4.: Ostoros út; február 12.: János utca; február 19.: Rákospalotai határút; február 24.: János utca. A sebességtűlépésen kapott autóst nem állítják meg a helyszínen, hanem a szabálysértésről a rendőrségi határozatból értesül.

Agglomerációs traffipax: A Gödöllő Rendőrkapitányság traffipax készüléke Gödöllő térségében teljesít szolgálatot, az alábbiak szerint: február 1.: Isaszeg; február 2.: Vácszentlászló, Dány; február 3.: Gödöllő; február 4.: Gödöllő; február 5.: Nagytarcsa, Kerepes; február 6.: Mogyoród, Kistarcsa; február 7.: Csömör, Kerepes; február 8.: Mogyoród, Kistarcsa; február 9.: Gödöllő; február 10.: Zsámbok, Valkó; február 11.: Dány, Vácszentlászló; február 12.: Pécel, Isaszeg; február 13.: Isaszeg, Pécel; február 14.: Pécel; február 15.: Isaszeg; február 16.: Mogyoród, Csömör; február 17.: Nagytarcsa, Kistarcsa; február 18.: Csömör, Kerepes; február 19.: Isaszeg, Pécel; február 20.: Pécel, Isaszeg; február 21.: Isaszeg, Pécel; február 22.: Gödöllő; február 23.: Gödöllő; február 24.: Kerepes, Mogyoród; február 25.: Nagytarcsa, Kistarcsa; február 26.: Pécel; február 27.: Isaszeg; február 28.: Gödöllő.

(A traffipax-menetrend csak tervezet, amely esetleg változhat.)

Computer: por és pára támadása

Sajátos veszély leselkedik a számítógépekre a hideg idő beálltával. Mint az egy korábbi cikkből tudhatjuk, a számítógép egyéb dimenzióját tekintve egyenlő egy nagyhatású porszívóval. A ventilátorok, miközben a hűtéshez szükséges levegőt megmozgatják, a levegőben lévő port is beviszik a gépbe, ami elsősorban a tápegységben rakódik le. A nyári időszak sajátossága, hogy a nyitott ajtón, ablakon át rengeteg por bejut a házba, onnan meg bekerül a számítógépbe. Azután eljön a tél, lehűl az időjárás, az ablakokat gondosan bezárják – ekkor jön a hibához vezető folyamat második fázisa – a pára. A számítógép belsejében lerakódott száraz kosz a belső légter magasabb páratartalmából megtelik nedvességgel, és ekkor kialakul a zárlat, ami a legváratlanabb időpontokban (általában épp egy határidős munka befejezése előtt) kinyírja a számítógépet.

A por és pára együttes jelenlétéből származó hiba néha csak anynyiban jelentkezik, hogy a gép leáll, esetleg nem indul, zűrösebb esetben leveri a biztosítékot. Minél olcsóbb egy tápegység, annál nagyobb kár tud okozni a számítógép egyéb részeiben – a tápegység-hibákkal szervizbe vitt számítógépek mintegy negyedénél a tápon kívül az alaplapot, a memóriát, a winchesterst is cserélni kell , s ilyenkor a nem mentett adatok is végérvényesen elvesznek.

A TzTeam-nél néhány ezer forintért kitisztítják a számítógép belsejét, s arra is megvan a lehetőség, hogy a mintegy félmillió karbantartást előre egyeztetett időpontban kérje az ügyfél, és akkor nem kell a gépet hosszabb időre nélkülözni. Egyszerűbb a bajt megelőzni, mint a kiszámíthatatlan következményeket elhárítani.

Címünk: 1161 Bp. Rákóczi út 48
Tel/fax: 406-4444, 30/989-2093
E-mail: sales@tzteam.hu
Web.: www.tzteam.hu
Nyitva: H-P 9-18, Szo: 9-13 óráig

TEAM COMPUTERS
Ez a kupon egyszeri kedvezményt nyújt a vásárlásból
20%-os
406 4444

Szlaok Gyógy
TEHERFUVAROZÓ
Söder, homok szállítása
Konténeres síttszállítás
Gépi földmunka
400-0083
06-20/9629-328
Bp. XVI. Vidámváros u. 10.

ASZFALTÓZÁS
Kenguru Építőipari Kft.
Tel./Fax.: 403-1900
06-30-491-3626
Vállalkozunk:
aszfalt- és betonburkolat készítésére
Öntött aszfalt 3cm vastagságig
3.500 Ft/m² + áfa
Útportalanítás **mart aszfalttal**
100 Ft/cm²

Egy hónap egészség Februári aktualitások a BioLabor®-ban Modern, belső harmonizáló kezelések

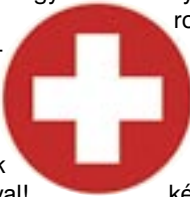
Immunrendszer – Prevenció – BioLabor®

Az életminőség alapvető gondolat minden ember számára. Ennek kapcsán így tél közepén mi lehet aktuálisabb, mint az influenza, vírusjárvány, illetve az immunerősítés, prevenció vagy a védőoltások szavai?

Abelsőbiológiaiéspszichés egyensúly sugárzik a személyről. Javasoljuk, hogy az egészség időszakában foglalkozzanak az állapotuk fenntartásával! Ez könnyebb és gazdaságosabb is. A BioLabor® kialakított prevenció programjai által kúraszerűen, lépésről lépésre frissítjük a szervezetet, az idegrendszert, keringést, immunrendszert, izületi rendszert, emésztőszerveket, a hormonális egyensúlyt, és a tápanyag-felszívódási hatékonyságot. Karrier szempontjából az életminőség szintén kiemelten fontos. Egy kiegyensúlyozott személyvel szívesen kötnek szerződést, a kőbányai volumenű szerződések is megadatnak. A túlhajszolt topmanager életmódot jól egyensúlyozza vitalizáló programunk, a trophormonokat és stresszhormonokat felváltják az életerőt és dinamikát hozó eustressz hormonok, melyek hatására javul az összpontosító képesség, a pszichés állapot és az általános magas teljesítmény.

Immunrendszer

Az immunrendszer a szervezet védekező rendszere, amely ellenállni próbál a bakteriális és vírusfertőzéseknek. A gyakori megfá-



és pajzsmirigy túlműködés esetén az immunrendszert pihentetni, nem pedig erősíteni kell!

Krónikus tünetek esetén az immunrendszer védelme érdekében legjobban tudatos védekezés, a már jelenlévő fertőzések megszüntetése, a fertőzött területek akkurátus kezelése.

A megfelelő mennyiségű folyadékbevitel (naponta kettő liter) segíti az öntisztulást, a káros anyagok kimosását, a nyirokrendszer csatornáinak az átjárhatóságát. A fertőzéses ellenállást nagymértékben segíti a körültekintő higiénés fegyelem és figyelem, azaz kézmosás utáni felületek, száj- és testhigiénia, betegség esetén a távolmaradás. Az idegrendszeri fokozott reakciók jelenléte (allergia reakció) folyamatosan igénybeviszi az immunrendszert, állandó teljes üzemben dolgozik, így gyakori hogy a szervezet kisebb fertőzéseknek sem képes igénybevetni állapotát miatt ellenállni. (Allergia tünetek

Ha kíváncsi a módszerünkre, tegyen EGY DÍJMENTES PRÓBÁT, és ha kedvezményt találja a változásokat, ráér akkor dönteni a továbbiakról.



www.biolabor.hu • Botka Zsolt, 30/9-664-741
1165 Bp., Jókai M. u. 6. I/100. (SZTK-val szemben – Lottózó épülete)

ZÖLDSÉG, GYÜMÖLCS DISZKONT ÁRON – az akció tovább folytatódik a Sashalmi piacon, a hátsó parkoló melletti üzletben. Ottjártunkkor a 160 forintos paradicsomot még válogatni is lehetett, az igen alacsony árak megtalálhatóak piaci híreink között, a 11. oldalon.

HIGH CARE STÚDIÓ
több, mint szépség
igényes környezetben, színvonalas szolgáltatásaival várja kedves vendégeit! 15 éves tapasztalat, német technológia!
Testkezelések
Differenciált Cellulit Terápia
Body Wrapping: speciális testkekereselés, aromaterápiás krémmel
SPM: a vákuum mély kötőszöveti masszázst végez
Slide Styler hullámmasszázs
Ultrahang: szabályozza a zsíranyagcserét
Kötőszövet feszesítés
Lipolízis: elektromos kezelés
Mellkezelés
Kötőszövet feszesítés
Parrafinás kézapolás
Személyre szabott testkezelések, ahol a cellulit kezelésén és a fogyástáson van a hangsúly
INFRAZAUNA
Üdülési csekk elfogadó hely
Cím: 1161 Bp., Rákóczi u. 60.
Bejelentkezés: 405-55-97, 06/30/388-18-70

A történet Zuglóban kezdődött és Kőbányán fejeződött be. A kétszeres olimpiai bajnok kajakerülő Kőbán Rita ugyanis a Füzedi út és a Vezér út sarkán egy fából készült zöldeségs standot üzemeltetett. A sportszillag a Kőbán Bt. tulajdonában levő zöldeségsbódét tavaly ősz elején azért bontotta le, mert állítá-

s szerint a munkatársai csödbe vitték a vállalkozást. A hatszoros világbajnok kajakos ezt nehezen viselte, ezért egyrészt visszavonta a területfoglalási kérelmet, másrészt szétcsodette az üzletet. Ezt követően a bontásból származó faanyagot átszállított a X. kerületi Albertirsai úton bérelt tároló helyiségbe. Üzlettárs viszont azt serelemelte, hogy a faanyag lepakolásakor a helyiségben tárolt értéktárgyai is megrongálódtak. A sártett 2008. szeptember 18-án tett először feljelentést Kőbán Rita ellen. A BRFK XIV. kerületi Rendőrkapitánysága először a bontás körülményeit vizsgálta, majd ismeretlen tettes ellen rongálás vétségé miatt vizsgálatot indított. Mivel a tároló helyiség (ahol a rongálás történt) a X. kerületben található, a zuglóri rendőrök a kőbányai kollégáiknak is megküldték a nyomozati anyagot. A X. kerületi Rendőrkapitányság 2009. január 7-én rendelt el nyomozást az ügyben. A BRFK tájékoztatása szerint "A Budapesti Rendőr-főkapitányság X. kerületi rendőrkapitánysága valóban eljárás indított K. Rita 43 éves inárcsi lakos ellen rongálás vétség megvalósított kihallgatására 2009. január 26-án került sor a Budapesti Rendőr-főkapitányság X.

Kőbánt Kőbányán hallgatták ki



Az 1992-es barcelonai olimpián Czigány Kingával, Dónusz Évával és Mészáros Erikával sikerült kajak négyesben olimpiai aranyérmet szereznie. Ugyanakkor egyesben ezüst, párosban pedig bronzérmet szerzett. 1993 és 1999 között hat arany-, öt ezüst- és öt bronzérmet nyert különböző világ- és Európa-bajnokságokon. Közben az 1996-os atlantai olimpián egyesben olimpiai aranyérmet szerzett. Időközben, 1998-ban átszerződött az UTE együtteséhez. 2000-ben három európa-bajnoki arany és egy ezüstérmet szerzett. A 2004-es olimpiai játékokon a magyar csapat zászlóvivője volt, négyesben olimpiai ezüstérmet szerzett. Híressé vált a német négyes ellen elvesztett döntő utáni nyilatkozata, mely szerint „a három társnőm nem bírta az iramot, ezért nem nyertek”. 1994-ben és 1995-ben az Év női sportolója volt. Visszavonulása után szakadói diplomát szerzett, majd a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara etikai bizottságának lett a tagja. 2001-ben a Magyar Olimpiai Bizottság tagja, később elnökségi tagja lett, ezt a posztot egészen 2005-ig töltötte be.

Az eredményes pályafutást maga mögött tudó sportoló számára mindenképpen kínos ez az ügy. Ráadásul a sértettek által bepanaszolt 200.000 Ft-os károkozásért várhatóan jóval nagyobb (ha pénzben nem is mérhető) árat kell majd fizetnie. (S)

2009 január 19-én indul az Autós-Motoros Iskola
Magasszintű oktatás Kimagasló eredmény
Nálunk könnyen és gyorsan lehetsz a vezetés szakértője.
Kulturált körölmények között, professzionális oktatók közreműködésével sajátíthatod el a biztonságos vezetéshez szükséges tudást.
Indulási AKCIÓ
Az első ötven tanuló elméleti vizsgájának díját – sikeres vizsga esetén – mi fizetjük!
Szabó Autójavító Autós-Motoros Iskola
1165 Budapest, Újszász út 45/b. • Bemutatóterem
Tel.: 06-1 407-2202, 06-1 407-2600 • www.szaboauto.hu

Ha úgy érzed, többre vagy képes, vágyaidért, céljaidért képes vagy tenni, akkor legyél egy sikeres csapat tagja, üzlettársam. Végigviszünk ezen az úton. „Mert a semmire a semmi nem lehet mérség.” Mobil: 06-30-432-6060

Tűzoltósági hírek

XIV. kerület

Füstszag

Egy Bolgárkertész utcai társasház pincéjében füstszagot éreztek a lakók. Tűzet nem észlelték, de a biztonság kedvéért kihívták a tűzoltókat január 14-én reggel. A raj átvizsgálta a pincét, két lezárt helyiséget is felnyitottak, de tűzre utaló jelet nem találtak.

Összegyűlt a víz

Január 14-én, 13 óra előtt, a Buzogány utca 10-12. szám alatti hőközpontba hívták a rajt, egy Honda szivattyúval távolították el az ott összegyűlt, egy méter magasságú vizet.

Füstmérgezés

A Bánki Donát utca egyik földszinti lakásába 16-án éjjel hívták a tűzoltókat, ahol konvektorokkal fűtöttek. Egy személyt füstmérgezés gyanújával kórházba vitt a mentő. A műszer a nagyszobában kimutatta a szénmonoxid jelenlétét, a raj kiszellőztetett, leállította a fűtést és felhívta az otthonmaradt másik lakó figyelmét arra, hogy a gázkészülék újraindítása előtt végeztesse el az ok javítását és karbantartását.

Nem sínautó

Nem vált be sínautónak az a BMW, amely 17-én késő este a Nagy Lajos király úti elején a vilamossínekre hajtva fennakadt. A raj kézi erővel segítette onnan le, senki nem sérült meg.

Még maradt egy csillagszóró

Január 18-án délután egy Ipoly-ság utcai családi házban nekifogtak a karácsonyfa leszedésének. Még találtak egy ép csillagszórót, meggyújtották, amitől lángra kapott a száraz fenyő és a berendezési tárgyak is. A rajt 13 óra 58 perckor riasztották. A szobában tartózkodó három gyerek és két felnőtt közül egy hölgyet égési sérülésekkel vitt a mentő a Szent Imre kórházba. A ház helyiségei füsttel teltődték, a tűzoltók az oltás után kiszellőztették.

Kábelzárlat

Január 21-én reggel egy Szabó József utcai iroda mennyezetén lévő kábel és armatúra gyulladt ki, az ott dolgozók egy porraloltóval oltották el. Senki nem sérült meg.

A rendőrség kérésére

Egy Nagybecskerek utcai két-szintes társasház emeleti lakásához hívták a rajt 21-én, este 7 óra előtt. A raj a bezárt lakásba ki-húzó létrával, az erkélyajtót betöröz hatolt be, bent egy elhunyt személyt találtak.

Hajléktalan-tanyák

Január 14-én, az Ajtósi Dűrer sor 8-10-nél egy égő bódét oltottak el egy D sugárral. Január 23-án, este 7-kor egy, a Vajdahunyad várhoz tartozó, romos épülethez szólt a riasztás, egy ágy és szemét kapott lángra. Személyi sérülés nem történt.

XVI. kerület

Árokba csúszott

A Párta utca 110. szám előtt árokba csúszott egy VW Golf személyautó 15-én reggel, a bal eleje megsérült. A raj 9 óra után drótkötéllel kihúzta a kocsit az útra, vezetője – saját felelősségére – elhajtott vele a fedett csatornába utcák irányába.

Víz a pincében

Január 17-én délután hívták a rajt egy Huszár utcai házhoz, ahol a pincéből 25 négyzetméteren összegyűlt, 30 cm magasan álló vizet kellett kiszivattyúzni.

Füstölt kolbász és padlás

Egy Muzsika utcai családi ház padlásterében épített faanyagú füstölt kolbász oltani január 17-én délután, senki nem sérült meg.

Szemétdomb

Január 19-én, 14 óra után a Rákospalotai határút elején kb. 50 négyzetméteren összehordott szemetet oltották el a D sugárral és kézi szerszámmal.

Konyhatúz

Január 20-án délelőtt kigyulladt egy Szlovák úti kifőzdé konyhája kb. 20 négyzetméternyi területen. Égtek a konyhai berendezések: ipari elszívó, két hűtőgép, olajsütő. A füst és a korom károsította az egész helyiséget, részben az éttermi részt is. A tulajdonos egy 12 kg-os és egy 6 kg-os oltókészülékkel sikeresen oltotta el a tüzet, személyi sérülés nem történt.

Súlyos sérültek

Január 25-én éjjel 4 óra után a Veres Péter út 15. szám előtt egy Suzuki Swift ütközött egy BMW személyautóval, amely a buszmegálló korlátját is áttörtte. A BMW három fiatal utasa súlyosan megsérült, a Korányi kórházba kerültek. Egyiküket feszítő-vágvál emelték ki a tűzoltók.

(Az agglomerációs településeken az elmúlt két hétben nem volt említésre méltó tüzeset – erről tájékoztatta lapunkat a Gödöllői tűzoltóság.)

Karkus Kipufogó Szerviz
1161 Bp., Hunyadi u. 6.
Tel: 405-40-65
Nyitva: H-Cs: 7-18, P: 7-14
www.karkuskipufogoo.com